



ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΕΞ. ΕΠΕΙΓΟΝ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ
ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ
ΤΜΗΜΑ Β΄

Πληροφορίες: Μ. Τσαντίδου, Φ. Καλύβα
Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 19, Αθήνα
Ταχ. Κώδικας: 10433
Τηλ.: 213 216 1333

Αθήνα, 14 - 10 - 2014
Αρ. Πρωτ. Υ1β/ΓΠ οικ.90055

ΠΡΟΣ:
ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

ΘΕΜΑ: ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ 1-7 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2014

Από το 1996 στη χώρα μας έχει καθιερωθεί η πρώτη εβδομάδα του Νοεμβρίου (1-7) ως Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού. Το θέμα της φετινής Εβδομάδας είναι: **ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Νίκη Για Τη Ζωή!**

Οι γενικότεροι στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού είναι:

1. Η αναγνώριση των κινδύνων που ενέχει, αλλά και των ευκαιριών που παρέχει η παγκοσμιοποίηση για τις πρακτικές του μητρικού θηλασμού.
2. Η αξιοποίηση των δυνατοτήτων που προσφέρει η παγκόσμια επικοινωνία για την ενημέρωση των επαγγελματιών υγείας αλλά και του κοινού όσον αφορά στα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού και στα μειονεκτήματα της τεχνητής διατροφής.
3. Η προαγωγή του μητρικού θηλασμού και η πραγματοποίηση δράσεων στα πλαίσια της Παγκόσμιας Στρατηγικής για τη διατροφή του νεογνού και του νηπίου.
4. Η πιστή εφαρμογή του Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων του Μητρικού Γάλακτος και υλοποίηση των σχετικών Αποφάσεων της Παγκόσμιας Συνέλευσης Υγείας.
5. Η δράση για τη δημιουργία συμμαχιών με άλλα πολιτικά και κοινωνικά κινήματα που αγωνίζονται για παγκόσμια δικαιοσύνη, ειρήνη και υγεία για όλους.
6. Η ολοκληρωμένη ενημέρωση και η ενδυνάμωση όλων των μελών της οργανωμένης κοινωνίας προκειμένου να αναλάβουν δράση στην κοινότητα για την προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.

Αναφορικά με το στόχο της φετινής Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού με θέμα: «**ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Νίκη Για Τη Ζωή!**», επισυνάπτεται Παράρτημα με το μήνυμά της από την ιστοσελίδα της Παγκόσμιας Συμμαχίας για την Προώθηση του Μητρικού Θηλασμού (World Alliance for Breastfeeding Action-WABA).

Στο πλαίσιο της φετινής Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού παρακαλούνται:

- **οι δημόσιες και ιδιωτικές Μαιευτικές, Γυναικολογικές Κλινικές και Τμήματα** να οργανώσουν ενημερωτικές εκδηλώσεις αφιερωμένες στο μήνυμα της φετινής Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού για το κοινό και τους επαγγελματίες υγείας
- **οι φορείς υγείας, εκπαίδευσης, Τοπικής Αυτοδιοίκησης**, μεμονωμένα ή σε συνεργασία μεταξύ τους να οργανώσουν επισκέψεις στις Μαιευτικές κλινικές Κρατικές - Ιδιωτικές (όπου υπάρχουν) για να ενημερώσουν τις μητέρες που θηλάζουν, να αναπτύξουν ενέργειες και δράσεις ενημέρωσης, ευαισθητοποίησης και πληροφόρησης των επαγγελματιών υγείας, της κοινής γνώμης και ειδικών ομάδων πληθυσμού (π.χ. μαθητών) με την οργάνωση εκδηλώσεων, ημερίδων, ομιλιών, παρουσιάσεων στα τοπικά ΜΜΕ καθώς και την οργάνωση πρωτότυπων παρεμβάσεων κλπ.

Οι εν λόγω ενέργειες προτείνεται να οργανωθούν με τη συνεργασία των Κέντρων Οικογενειακού Προγραμματισμού καθώς και των Σταθμών Προστασίας Μάνας Παιδιού και Εφήβου

που λειτουργούν στα Νοσοκομεία του ΕΣΥ και στις Δημόσιες Δομές παροχής Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας του Πρωτοβάθμιου Εθνικού Δικτύου Υγείας (ΠΕΔΥ) (Μονάδες Υγείας, Κέντρα Υγείας) και των

α) Υπευθύνων εκπαίδευσης Νομών του προγράμματος «Σχολές Γονέων» του Ιδρύματος Νεολαίας και Δια Βίου Μάθησης (ΙΝΔΒΜ), του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων (Πληροφορίες τηλ.213131314520-27)

β) των Συμβουλευτικών Κέντρων της Γενικής Γραμματείας Ισότητας των Φύλων του Υπουργείου Εσωτερικών (πληροφορίες [www.isotita .gr](http://www.isotita.gr), www.womensos.gr, [τηλ.2131511113](tel:2131511113), υπεύθυνη κα. Κατσιβαρδάκου Δώρα)

Σκοπός των εκδηλώσεων είναι και η ανάπτυξη διαλόγου και συζητήσεων που σχετίζονται με την προαγωγή του μητρικού θηλασμού και την διαχείριση των τυχόν θεμάτων που εγείρονται σε κοινωνικό, οικονομικό, ηθικό, νομικό ,πολιτιστικό κλπ επίπεδο.

- **οι δημόσιες και ιδιωτικές Μαιευτικές, Γυναικολογικές Κλινικές και οι φορείς υγείας, εκπαίδευσης, Τοπικής Αυτοδιοίκησης** να ενημερώσουν τις οικογένειες, τους επαγγελματίες υγείας, το κοινό σχετικά με τη λειτουργία της τηλεφωνικής γραμμής 10525 και των ιστοτόπων του συγχρηματοδοτούμενου από το ΕΣΠΑ έργου «ΑΛΚΥΟΝΗ: ΕΘΝΙΚΗ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ», και οι οποίοι παρέχουν έγκυρη πληροφόρηση στα θέματα μητρικού θηλασμού. Συγκεκριμένα, :

➤ η πανελλαδική τηλεφωνική γραμμή υποστήριξης του θηλασμού **10525** στελεχώνεται από έμπειρο επιστημονικό προσωπικό, μαίες και παιδιάτρους, και παρέχει ενημέρωση και συμβουλευτική σε θέματα θηλασμού. Η γραμμή λειτουργεί τις εργάσιμες ημέρες και ώρες 09:00 – 17:00 και Σάββατο 10:00 – 14:00.Οι κλήσεις είναι εμπιστευτικές, με αστική χρέωση.

➤ ο ιστότοπος του έργου «ΑΛΚΥΟΝΗ» βρίσκεται στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.epilegothilasmu.gr και το κανάλι του έργου στο Youtube στο <https://www.youtube.com/channel/UC349RTxcEmtCTrls54W2quw>

Οι φορείς που θα οργανώσουν ανάλογες εκδηλώσεις παρακαλούνται να ενημερώσουν σχετικώς τις αρμόδιες Διευθύνσεις του Υπουργείου Υγείας (Δ/ση Δημόσιας Υγιεινής ddy@yyka.gov.gr και Δ/ση Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας pfy@yyka.gov.gr)

Συν: τέσσερα (4) φύλλα

**Η ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ**

ΧΡ. ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ:

1. Όλες οι Περιφερειακές Αυτοδιοικήσεις της Χώρας:

α) Γραφεία κ.κ. Περιφερειάρχων

β) Γενικές Δ/νσεις Δημ. Υγείας & Κοιν. Μέριμνας - Έδρες τους

2. Οι Δ/νσεις Δημ. Υγείας & Κοιν. Μέριμνας των Περιφερειακών Ενοτήτων της Χώρας (με την παράκληση να ενημερώσουν τις ιδιωτικές Μαιευτικές, Γυναικολογικές Κλινικές αρμοδιότητάς τους)

3. Όλες οι Δ.Υ.ΠΕ. της χώρας

Γραφεία κ.κ. Διοικήτων

(με την παράκληση να ενημερώσουν όλα τα Νοσηλευτικά Ιδρύματα - Μαιευτικές Γυναικολογικές Κλινικές, Νεογνολογικές, Παιδιατρικές κλινικές, τα Κέντρα Οικογενειακού Προγραμματισμού - και τις Μονάδες Υγείας του ΠΕΔΥ ευθύνης τους)

4. Αρχιεπισκοπή Αθηνών, Αγίας Φιλοθέης 21 -Τ.Κ. 105 56 Αθήνα

5. Ιερά Σύνοδος της Ελλάδος, Ιωάννου Γεναδίου 14, Τ.Κ. 115 21 Αθήνα

6. Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων - Ανδρέα Παπανδρέου 37, Μαρούσι, ΤΚ 151 80 - Δ/νσεις Πρωτοβάθμιας, Δευτεροβάθμιας και Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης,

- Γραφείο Αγωγής Υγείας (με την παράκληση να ενημερώσουν τις Δ/σεις και τα Γραφεία Εκπαίδευσης για να λάβουν γνώση οι Σύλλογοι Γονέων και Εκπαιδευτικών)
- 7. Υπουργείο Εσωτερικών, Γενική Γραμματεία Ισότητας των Φύλων, Δ/ση Εργασιακών Σχέσεων και Κοινωνικής Πολιτικής, Τμήμα Κοινωνικής Προστασίας και Υγείας, Δραγατσανίου 8, Τ.Κ. 10559 Αθήνα
- 8. ΕΟΠΥΥ, Λ. Κηφισίας 39, ΤΚ 15123, Μαρούσι
- 9. Ελληνική Παιδιατρική Εταιρεία, Μιχαλακοπούλου 92, ΤΚ 115 28 Αθήνα
- 10. Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού, Δ/ση Κοινων. Παιδιατρικής, ΓΝ Παίδων «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ», Τ.Κ. 11527 Αθήνα
- 11. Κος Χρούσος Γεώργιος – Πρόεδρος Εθνικής Επιτροπής για το μητρικό θηλασμό- Δ/τής της Παιδιατρικής Πανεπιστημιακής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείου Παίδων «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ», Δ/ση: Νοσοκ.Παίδων «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ», Θηβών και Παπαδιαμαντοπούλου Τ.Κ. 11527-ΓΟΥΔΙ (Με την παράκληση να λάβουν γνώση της Εγκυκλίου όλα τα μέλη της Επιτροπής)
- 12. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος, Πλουτάρχου 3, Τ.Κ.106 75, Αθήνα (για ενημέρωση των μελών)
- 13. Ιατρικός Σύλλογος Αθηνών, Θεμιστοκλέους 34, Τ.Κ. 106 78, Αθήνα (για ενημέρωση των μελών)
- 14. Ελληνική Εταιρία Περιγεννητικής Ιατρικής, Μιχαλακοπούλου 85, Τ.Κ. 115 28, Αθήνα
- 15. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών Αθηνών, Αριστείδου Παππά 2, Τ.Κ. 11521 Αθήνα (για ενημέρωση των μελών)
- 16. Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών Θεσσαλονίκης, Αλεξ. Σβάλου 40, Τ.Κ. 54621 Θεσσαλονίκη (για ενημέρωση των μελών)
- 17. Πανελλήνιος Σύλλογος επισκεπτών Υγείας, Παπαρηγοπούλου 15, Τ.Κ. 10561 Αθήνα
- 18. Εθνική Σχολή Δημόσιας Υγείας, Ευγονικής, Προστασίας Μητρότητας και Παιδικής Ηλικίας, Λεωφ. Αλεξάνδρας 196, Τ.Κ. 115 21 Αθήνα
- 19. Α.Τ.Ε.Ι. Αθηνών, Σχολή Επαγγελματιών Υγείας, Πρόνοιας, Αγ. Σπυρίδωνα Τ.Κ. 122 10, Αιγάλεω
- 20. Δήμος Αθηναίων, Δ/ση Κοινωνικής Μέριμνας, Σοφοκλέους 70, Τ.Κ. 105 53
- 21. Δήμος Πειραιά, Πλατ. Κοραή και Δραγάτση, Τ.Κ. 185 35
- 22. UNICEF, Γραφ. κ. Προέδρου, Ξενίας 1, Τ.Κ. 115 27, Αθήνα
- 23. Ελληνική Νεογνολογική Εταιρεία, Νεογνολογική Κλινική Α.Π.Θ., Γ.Π.Ν.Θ. Ιπποκράτειο Νοσοκομείο, Δ/ση: Κων/πόλεως 49, 54642 Θεσσαλονίκη
- 24. Ελληνική Μαιευτική και Γυναικολογική Εταιρεία, Αλκαίου 10, Τ.Κ. 11528 Αθήνα
- 25. Σύνδεσμος Θηλασμού, Δήμητρος 10, Τ.Κ. 153 42 Αγ. Παρασκευή
- 26. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αρεταίειο νοσοκομείο, Β΄ Μαιευτική και Γυναικολογική Κλινική, Λ. Βας. Σοφίας 76, Τ.Κ. 11528 Αθήνα
- 27. ΠΓΝ «ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ», Βασ. Σοφίας 80, Τ.Κ. 11528 Αθήνα
- 28. Νοσοκομείο- Μαιευτήριο «ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ», Πλ.Ελ. Βενιζέλου 2, Τ.Κ. 11521 Αθήνα
- 29. Ίδρυμα Νεολαίας και Δια Βίου Μάθησης, Δ/ση Προγραμμάτων, Έργο Σχολές Γονέων, υπόψη κας Γεωργίου Ν., Αχαρνών 417, Τ.Κ. 1143 Αθήνα

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ

1. Γραφ. κου Υπουργού
2. Γραφ. κας Υφυπουργού
3. Γραφ. κου Αναπληρωτή Υπουργού
4. Γραφ. κ.κ. Γεν. Γραμματέων
5. Γραφ. κ.κ. Πρ/μένων Γενικών Δ/σεων
6. Γραφείο Τύπου και Δημοσίων Σχέσεων
7. Όλες οι Δ/σεις και τα Αυτοτελή Τμήματα του ΥΥ
8. Δ/ση Π.Φ.Υ. του Υ.Υ. (με την παράκληση να ενημερωθούν τα Κέντρα Οικογενειακού Προγραμματισμού του πιλοτικού Δικτύου)

ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ: Νίκη Για Τη Ζωή!**Καλωσόρισμα στην Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 2014**

Οι Στόχοι της Χιλιετίας τέθηκαν από τις Κυβερνήσεις και τα Ηνωμένα Έθνη για να αποτιμηθεί, η πρόοδος καταπολέμησης της φτώχειας, να προαχθεί η υγεία και να διατηρηθεί η ανάπτυξη σε ένα ουσιαστικό δρόμο για το 2015.

Το φετινό θέμα της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού ανταποκρίνεται στη διαδικασία αντίστροφης μέτρησης των Στόχων Ανάπτυξης της Χιλιετίας (MDGs) διεκδικώντας τη σπουδαιότητα ανάπτυξης και διατήρησης της προστασίας, προαγωγής και υποστήριξης του Μητρικού Θηλασμού για την ατζέντα του 2015 και εμπλέκει όσο περισσότερες ομάδες και ανθρώπους, διαφόρων ηλικιών, μπορεί.

Όπου υπάρχει η κοινότητα μπορεί να υπάρξει πρόοδος ΚΑΙ αυτή η πρόοδος μπορεί να διατηρηθεί. Για να συμβεί αυτό πρέπει να προετοιμαστούμε, να θέσουμε στόχους, να ενώσουμε τις δυνάμεις μας και να ΔΡΑΣΟΥΜΕ.

Προστάτευσε, Προώθησε και Υποστήριξε το Μητρικό Θηλασμό ...είναι ένας στόχος που αξίζει ...και σώζει ζωές!!

ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ 2014

1. Να ενημερωθεί ο κόσμος για τους Στόχους της Χιλιετίας (MDGs) και πως αυτοί συνδέονται με το Μητρικό Θηλασμό και την Διατροφή του Νεογέννητου και του Μικρού Παιδιού.
2. Να παρουσιαστεί η πρόοδος που έγινε μέχρι τώρα αλλά και οι βασικές ελλείψεις στη βελτίωση του Μητρικού Θηλασμού και της Διατροφής του Νεογέννητου και του Μικρού Παιδιού.
3. Να δοθεί προσοχή στην σπουδαιότητα της εντατικοποίησης των δράσεων για την προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού σαν μέσο για παρέμβαση στους Στόχους της Χιλιετίας ΚΑΙ την εποχή μετά το 2015.
4. Να τονωθεί το ενδιαφέρον μεταξύ των νέων ατόμων και των δύο φύλων, για να αντιληφθούν τη σημαντική θέση του Μητρικού Θηλασμού στο σημερινό κόσμο που αλλάζει συνεχώς.

ΠΩΣ ΣΥΝΔΕΕΤΑΙ Ο ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΗΣ ΧΙΛΙΕΤΙΑΣ (MDGs)

Προστατεύοντας, προωθώντας και υποστηρίζοντας το Μητρικό Θηλασμό ΜΠΟΡΕΙΣ να συνεισφέρεις σε κάθε στόχο της χιλιετίας με ουσιαστικό τρόπο.

Ο αποκλειστικός Μητρικός Θηλασμός και στη συνέχεια η σωστή συμπληρωματική διατροφή είναι βασικές παρεμβάσεις στη βελτίωση της επιβίωσης, σώζοντας δυνητικά τις ζωές περίπου του 20% των παιδιών κάτω των πέντε ετών.

Ας δούμε πως ο Μητρικός Θηλασμός συνδέεται με Στόχους Ανάπτυξης της Χιλιετίας (MDGs).

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ 1-7 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2014**1^{ος} ΣΤΟΧΟΣ: Εξάλειψη της ακραίας φτώχειας και της πείνας.**

Ο αποκλειστικός Μητρικός Θηλασμός και η συνέχισή του, για δύο χρόνια και παραπάνω, εξασφαλίζει τα υψηλής ποιότητας θρεπτικά συστατικά, την απαραίτητη ενέργεια και μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη της πείνας και του υποσιτισμού.

Ο Μητρικός Θηλασμός είναι ο φυσικός και χαμηλού κόστους τρόπος διατροφής των βρεφών και των παιδιών.

Είναι οικονομικά προσιτός σε όλους και δεν επιβαρύνει τον προϋπολογισμό της οικογένειας όπως συμβαίνει με την τεχνητή διατροφή.

2^{ος} ΣΤΟΧΟΣ: Επίτευξη καθολικής πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης.

Ο Μητρικός Θηλασμός και η επαρκής συμπληρωματική διατροφή είναι βασικές αρχές για την ετοιμότητα στη μάθηση.

Ο Μητρικός Θηλασμός και η σωστή συμπληρωματική διατροφή συμβάλλουν, σημαντικά, στην ανάπτυξη της ψυχικής και γνωστικής αντίληψης και έτσι προωθείται η μάθηση.

3^{ος} ΣΤΟΧΟΣ :Προώθηση της ισότητας των δύο φύλων και ενδυνάμωση του ρόλου των γυναικών.

Ο Μητρικός Θηλασμός εξισορροπεί τη ζωή, δίνοντας σε κάθε παιδί ένα σωστό και καλό ξεκίνημα.

Οι περισσότερες διαφορές ανάπτυξης μεταξύ των φύλων ξεκινούν όταν η συμπληρωματική διατροφή προστίθεται στο διαιτολόγιο και η «προτίμηση στο φύλο» ξεκινά από τις αποφάσεις που αφορούν τη διατροφή.

Ο Μητρικός Θηλασμός είναι δικαίωμα όλων των γυναικών οι οποίες πρέπει να υποστηρίζονται από την κοινωνία, για να θηλάζουν όσο μπορούν καλύτερα.

4^{ος} ΣΤΟΧΟΣ: Μείωση της παιδικής θνησιμότητας

Η νεογνική θνησιμότητα μπορεί να μειωθεί κατά 13 % απλά και μόνο με πρακτικές που βελτιώνουν το Μητρικό Θηλασμό και 6% με βελτιωμένη συμπληρωματική διατροφή.

Επιπλέον, 50-60% της θνησιμότητας κάτω των πέντε ετών συνδέεται με υποσιτισμό λόγω ανεπαρκούς συμπληρωματικής διατροφής και διατροφής που δεν ακολουθεί σωστές πρακτικές Μητρικού Θηλασμού.

5^{ος} ΣΤΟΧΟΣ: Βελτίωση της υγείας της μητέρας.

Ο Μητρικός Θηλασμός, συνδέεται με μειωμένη απώλεια αίματος κατά την λοχεία, μείωση του καρκίνου του στήθους, των ωθηκών και του ενδομητρίου και πιθανότατα μείωση της οστεοπόρωσης κατά την εμμηνόπαυση.

Ο Μητρικός Θηλασμός προσφέρει αντισύλληψη και έτσι μειώνει τους κινδύνους για τη ζωή της μητέρας, όπως π.χ. η αναιμία, που είναι αποτέλεσμα συχνών κυήσεων.

6^{ος} ΣΤΟΧΟΣ: Μάχη εναντίον του HIV/AIDS, της ελονοσίας και άλλων ασθενειών.

Ο αποκλειστικός Μητρικός Θηλασμός και η αντιρροϊκή θεραπεία για τις μητέρες και τα παιδιά μπορεί να μειώσει τη μετάδοση του ιού του HIV από μητέρα σε παιδί.

Είναι πολύ σημαντικό ότι ο Μητρικός Θηλασμός μειώνει το ποσοστό θανάτων, παιδιών που εκτίθενται στον ιό του HIV και αυξάνει το ποσοστό επιβίωσης αυτών χωρίς HIV.

7^{ος} ΣΤΟΧΟΣ: Εξασφάλιση της περιβαλλοντικής βιωσιμότητας.

Με το Μητρικό Θηλασμό έχουμε μείωση των απορριμμάτων σε σχέση με το ξένο γάλα, που έχει να κάνει με την παραγωγή γαλακτοκομικών, πλαστικών, φαρμακευτικών και προϊόντων από αλουμίνιο, επίσης μειώνει τη χρήση καυσόξυλων και καυσίμων στα σπίτια. Με το Μητρικό Θηλασμό έχουμε μια υγιή, μη ρυπογόνο, βιώσιμη, φυσική πηγή διατροφής.

8^{ος} ΣΤΟΧΟΣ: Δημιουργία μιας παγκόσμιας συνεργασίας για ανάπτυξη.

Η Παγκόσμια Στρατηγική για τη Διατροφή του Βρέφους και του Μικρού Παιδιού (GSIYCF) καλλιεργεί τη συνεργασία διάφορων φορέων, για την υποστήριξη της ανάπτυξης μέσω του Μητρικού Θηλασμού και των προγραμμάτων συμπληρωματικής διατροφής.

Μερικά γεγονότα σχετικά με τους Αναπτυξιακούς Στόχους της Χιλιετίας (Α.Σ.Χ.)

- Οι ΑΣΧ αποσκοπούν στην καταπολέμηση της φτώχειας και στην προώθηση της υγιούς και αειφόρου ανάπτυξης.
- Το 2000, ηγέτες από όλο το κόσμος ήρθαν στην έδρα των Ηνωμένων Εθνών στη Νέα Υόρκη, να αναπτύξουν ένα σχέδιο που συμφωνήθηκε από όλο τις χώρες του κόσμου και κορυφαία αναπτυξιακά ιδρύματα.
- Δέσμευσαν τις χώρες τους να μειώσουν την εξαιρετική φτώχεια και να θέσουν 8 Αναπτυξιακούς Στόχους.
- Οι Στόχοι 4, 5 και 6 αφορούν την υγεία.
- Οι Αναπτυξιακοί αυτοί Στόχοι της Χιλιετίας πρέπει να επιτευχθούν από τις κυβερνήσεις έως το 2015.

Η διαδικασία προς το 2015 καλείται Αντίστροφη Μέτρηση προς το 2015.

Διαβάστε περισσότερα για την Αντίστροφη Μέτρηση προς το 2015 εδώ:

(<http://www.countdown2015mnch.org>)

Που βρισκόμαστε σήμερα:

Αν και έχει γίνει μεγάλη πρόοδος υπάρχουν ακόμα «δράσεις» που χρειάζονται άμεση προσοχή από τις κυβερνήσεις.

Παραθέτουμε κάποια παραδείγματα :

- Η φτώχεια έχει μειωθεί, αλλά 1 στους 8 ανθρώπους κοιμάται πεινασμένος.
- Ο υποσιτισμός συνεχίζει να επηρεάζει το 1/4 των παιδιών παγκοσμίως.
- Η παχυσαρκία, η άλλη μορφή κακής διατροφής γίνεται συχνό φαινόμενο και οι κίνδυνοι αυξάνουν με την τεχνητή διατροφή.

- Τις τελευταίες δύο δεκαετίες, η παιδική θνησιμότητα έχει μειωθεί κατά 40% αλλά ακόμη 7 εκατομμύρια παιδιά κάτω των πέντε ετών πεθαίνουν κάθε χρόνο κυρίως από ασθένειες που μπορούν να προληφθούν.
- Η πρόοδος όσον αφορά την επίτευξη των στόχων της χιλιετίας (MGD) είναι αργή και υπάρχουν μεγάλες ανισότητες μεταξύ των περιοχών.
- Αν και το ποσοστό παιδικής θνησιμότητας κάτω των πέντε ετών έχει μειωθεί, το ποσοστό νεογνικών θανάτων, το πρώτο μήνα της ζωής έχει αυξηθεί.
- Η μητρική θνησιμότητα μειώθηκε από 400/100000 τοκετούς το 1990, σε 210 το 2010.
- Μόνο οι μισές από τις έγκυες γυναίκες σε αναπτυσσόμενες περιοχές (ειδικά στη υπο-Σαχάρα Αφρική) έχει τη δυνατότητα να εξεταστεί 4 φορές κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, όπως προβλέπεται.

Ο κυβερνήτης της Πολιτείας του Λάγος, Babatunde Fashola απευθύνθηκε σε μητέρες για να αγκαλιάσουν, τον αποκλειστικό Μητρικό Θηλασμό και τον οικογενειακό προγραμματισμό, με σκοπό να μειωθεί το υψηλό ποσοστό παιδικής θνησιμότητας, στη Νιγηρία. Είπε ότι οι μητέρες είχαν ένα σημαντικό ρόλο να παίξουν στη μείωση της παιδικής θνησιμότητας στη χώρα.

«Εξι μήνες αποκλειστικός Μητρικός Θηλασμός θα βοηθήσει τα βρέφη να μεγαλώσουν, να είναι υγιή και να πραγματοποιήσουν τους στόχους στη της ζωής.

Ο Μητρικός Θηλασμός είναι το κλειδί για την επιβίωση ενός παιδιού, προωθεί την υγεία και την εγκεφαλική ανάπτυξή του».

Ο καθηγητής Adewale Oke, διευθυντής του Πανεπιστημιακού Εκπαιδευτικού Νοσοκομείου του Λάγος (LASUTH) στην Ikeja, ανέφερε ότι η Νιγηρία έχει το 2^ο υψηλότερο ποσοστό νεογνικής θνησιμότητας στον κόσμο!

Το ποσοστό θα μπορούσε να μειωθεί μέσω επαρκούς βρεφικής φροντίδας, όπως είναι ο αποκλειστικός Μητρικός Θηλασμός, ο εμβολιασμός και ο υγιεινός τρόπος ζωής.

Προέτρεψε τους πατέρες να ενθαρρύνουν τις συζύγους τους, να προσπαθήσουν ώστε, να πετύχει η διαδικασία του Μητρικού Θηλασμού.

Πηγή: «Nigeria: Fashola Tasks Mothers On Family Planning», 15 April 2014, see:

<http://allafrica.com/stories/201404160145.html>

Τι μάθαμε από τους στόχους της Χιλιετίας για την Υγεία;

Η επιτυχία ενός στόχου είναι πρόκληση, κάποιες φορές τα καταφέρνουμε, κάποιες όχι.

Παρόλα αυτά η διαδικασία μας δίνει την δυνατότητα να μάθουμε κάτι.

Παρακάτω αναφέρονται κάποια από τα μαθήματα που πήραμε στη διάρκεια των δεκαετιών.

ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ

- Έγιναν περισσότερες υψηλού επιπέδου συζητήσεις (Ανάδειξη του πολιτικό προφίλ)
- Αναμείχθηκαν περισσότερες οργανώσεις βάσης (Κινητοποίηση της Κοινωνίας).
- Δόθηκαν περισσότερα χρήματα για την υγεία (Αύξηση βοήθειας για την υγεία).
- Βελτίωση της έκβασης στην υγεία (Σημαντική βελτίωση των αποτελεσμάτων στην υγεία σε χαμηλά και μεσαία στρώματα της κοινωνίας)

ΕΛΛΕΙΨΕΙΣ

- Το κενό μεταξύ πλουσίων και φτωχών αυξάνεται (Ελλειψη εστίασης σε θέματα ισότητας των φύλων)
- Λείπει η σωστή βάση προσέγγισης των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων.
- Η διαδικασία των Στόχων της Χιλιετίας είναι μια διαδικασία από πάνω προς τα κάτω.
- Ενθαρρύνονται οι γρήγορες λύσεις με τεχνικές προσεγγίσεις που επικεντρώνεται μόνο στις μεταδοτικές ασθένειες.
- Υπήρξε μια πιο κατακερματισμένη προσέγγιση για την υγεία, και μεταξύ άλλων τομέων ανάπτυξης (π.χ. περιβάλλον, κλιματικές αλλαγές, φτώχεια, εκπαίδευση, ισότητα των φύλων). Ας χρησιμοποιήσουμε αυτά τα μαθήματα για να δούμε με ποιο τρόπο ο ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ μπορεί να βοηθήσει στην επίτευξη των Αναπτυξιακών Στόχων της Χιλιετίας.

Ο ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ βοηθά να σωθούν ζωές και είναι επίσης πολύ καλός για την υγεία των μητέρων!

Τι συστήνουν οι εμπειρογνώμονες

- Ξεκίνημα του Μητρικού Θηλασμού στην 1^η ώρα από τη γέννηση.
- Αποκλειστικός Μητρικός Μηλασμός για τους πρώτους 6 μήνες της ζωής.
- Συνέχιση του Μητρικού Θηλασμού για 2 χρόνια ή παραπάνω, με επαρκή συμπληρωματική διατροφή, από την ηλικία των 6 μηνών.

Ας σκεφτούμε:

- Ποιες είναι οι κύριες αιτίες θανάτου των παιδιών στη χώρα σας; Ποιοι είναι οι κύριοι λόγοι για αυτές;
- Ποιο είναι το ποσοστό των βρεφών στη χώρα σας που ξεκινούν το Μητρικό Θηλασμό μέσα σε μία ώρα από τη γέννηση και θηλάζουν αποκλειστικά για 6 μήνες; Πώς αυτό έχει αλλάξει τα τελευταία 10 χρόνια;
- Ποια είναι τα κύρια εμπόδια για αποκλειστικό Μητρικό Θηλασμό στον τομέα της εργασίας; Υπάρχουν χώροι εργασίας που κάνουν ενέργειες ώστε να καταστεί ευκολότερο για τις εργαζόμενες γυναίκες να συνεχίσουν το Μητρικό Θηλασμό μόλις επιστρέψουν στην εργασία;
- Το αν οι μητέρες θηλάζουν τα μωρά τους ή όχι, και αν είναι σε θέση να παρέχουν ασφαλή και επαρκή συμπληρωματική διατροφή, επηρεάζεται έντονα από κοινωνικο - οικονομικούς παράγοντες, εμπορικές ή πολιτισμικές πιέσεις, και συνθήκες στις οποίες ζουν, συμπεριλαμβανομένης της έκτακτης ανάγκης και των χρόνιων κρίσεων στην υγεία.

Τι χρειάζεται και γιατί

Η επίτευξη των Αναπτυξιακών Στόχων της Χιλιετίας (MDGs 4 και 5 ειδικά) απαιτεί πιο Γρήγορη Έναρξη, Αποκλειστικό και Συνεχή Μητρικό Θηλασμό.

Ο Μητρικός Θηλασμός πρέπει να προστατεύεται, να προωθείται και να υποστηρίζεται από ΟΛΟΥΣ. Είναι αναγκαίο να χιζουμε πάνω στις επιτυχίες και να αντιμετωπίσουμε τις ελλείψεις της διαδικασίας της επίτευξης των Α.Σ.Χ.

Για κάθε έλλειψη ας έχουμε μια απάντηση, μια απάντηση του Μητρικού Θηλασμού!

- **Έλλειψη ίσης αντιμετώπισης** ; Επικέντρωση στην προστασία και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού στις πλέον ΕΥΑΛΩΤΕΣ ομάδες στην κοινωνία.
- **Προσέγγιση από πάνω προς τα κάτω**; Συμμετοχή όλης της κοινωνίας, διαμόρφωση πολιτικής με επίκεντρο τον άνθρωπο και προγραμμάτων για τη προστασία, τη προώθηση και την υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.
- **Έλλειψη επικέντρωσης στα ανθρώπινα δικαιώματα**; Χρήση πλαισίων ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ για την προστασία, προώθηση και υποστήριξη του θηλασμού.
- **Έλλειψη ολοκλήρωσης σε άλλους τομείς ανάπτυξης**; Σύνδεση του Μητρικού Θηλασμού με μεγαλύτερα θέματα ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ π.χ. φτώχεια, φύλο και περιβάλλον/αλλαγή του κλίματος.

• **Προστασία** σημαίνει διασφάλιση ότι οι γυναίκες και οι οικογένειές τους λαμβάνουν επιστημονικά τεκμηριωμένη πληροφόρηση και υποστήριξη που είναι ανεξάρτητη από τα κεκτημένα συμφέροντα επιχειρήσεων, για παράδειγμα από τη βιομηχανία τροφίμων ή/και επαγγελματίες.

Η εφαρμογή και η καταγραφή του Διεθνούς Κώδικα και των σχετικών αποφάσεων της WHA βοηθά στην προστασία του Μητρικού Θηλασμού.

• **Προώθηση** σημαίνει ενημέρωση και ευαισθητοποίηση για τη σημασία του Μητρικού Θηλασμού κινητοποιώντας τους πολίτες για δράση.

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού είναι ένα παράδειγμα μαζικής ευαισθητοποίησης και κινητοποίησης των πολιτών για τη προαγωγή του μητρικού θηλασμού.

• **Υποστήριξη** σημαίνει την παροχή πρόσβασης σε πληροφορίες, εξειδικευμένη κλινική βοήθεια και συμβουλευτική, και πρακτική και συναισθητική υποστήριξη στις μητέρες για να μπορέσουν να ξεκινήσουν, να διαχειριστούν και να διατηρήσουν το Μητρικό Θηλασμό όπου και αν βρίσκονται. Δικαιώματα προστασίας της μητρότητας μπορεί να βοηθήσουν τις εργαζόμενες μητέρες να συνεχίσουν το Μητρικό Θηλασμό.

Πώς ο Μητρικός Θηλασμός σώζει ζωές...

Αποκλειστικός Μητρικός Θηλασμός (μόνο μητρικό γάλα, τίποτα άλλο) κατά τους πρώτους 6 μήνες είναι ιδιαίτερα σημαντικό, όπως:

- 11-13% του συνόλου των θανάτων σε παιδιά (κάτω των 5 ετών) θα μπορούσαν να αποφευχθούν αν είχαν θηλάσει αποκλειστικά για 6 μήνες.

- Ένα άλλο 6% των θανάτων των κάτω των 5 ετών θα μπορούσαν να αποφευχθούν με την κατάλληλη, ασφαλή και έγκαιρη συμπληρωματική σίτιση.

Βρέφη που δεν θηλάζουν έχουν επτά φορές και πέντε φορές υψηλότερο κίνδυνο θανάτου από διάρροια και πνευμονία αντίστοιχα, σε σύγκριση με βρέφη που θηλάζουν αποκλειστικά.

- Έκθεση του 2012 της UNICEF επισημαίνει ότι μόνο το 37% των 134.6 εκατομμυρίων βρεφών που γεννιούνται σε όλο τον κόσμο θηλάζουν αποκλειστικά κατά τους πρώτους 6 μήνες.

Αυτό αφήνει σχεδόν 85 εκατομμύρια βρεφών των οποίων οι πιθανότητες επιβίωσης και υγιούς ανάπτυξης είναι σε κίνδυνο.

- Ομοίως, μόνο το 60% των βρεφών ξεκίνησε συμπληρωματική σίτιση μεταξύ ηλικίας 6-9 μηνών. Αυτό σημαίνει ότι εκατομμύρια είχαν πάρει συμπληρωματική διατροφή πιο νωρίς ή πιο αργά

- Ο Μητρικός Θηλασμός, έχει αποδειχθεί επανειλημμένα, ο πιο αποτελεσματικός τρόπος για να αποτρέψει το θάνατο νηπίων.

Παίζει σημαντικό ρόλο στην υγεία και την ανάπτυξη των παιδιών, και ωφελεί σημαντικά την υγεία των μητέρων.

- Η γρήγορη έναρξη και αποκλειστικός Μητρικός Θηλασμός βελτιώνει τη φροντίδα των νεογνών και μειώνει την νεογνική θνησιμότητα, η οποία συμβάλλει στην πλειοψηφία των νεογνικών θανάτων.

Σύνδεση με τα μεγαλύτερα θέματα ανάπτυξης

Φτώχεια και Μητρικός Θηλασμός

Η προστασία, προώθηση και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού είναι σημαντική για την καταπολέμηση της φτώχειας, και αποτελεί τον πρώτο στόχο από τους ΑΣΧ.

Ο Μητρικός Θηλασμός μειώνει τις επιπτώσεις της ακραίας φτώχειας προσφέροντας ασφαλή και βιώσιμη διατροφή, υγεία και συναισθηματική ασφάλεια στα ασθενέστερα και πιο αβοήθητοι μέλη του πληθυσμού, βρέφη και μικρά παιδιά.

Ο Μητρικός Θηλασμός κοστίζει πολύ λιγότερο από ό, τι τα υποκατάστατα για παράδειγμα το ξένο γάλα, που μπορεί να καταναλώσει περισσότερο από τα δύο τρίτα του εισοδήματος ενός νοικοκυριού.

Επιπλέον, μια μητέρα χρειάζεται μπουκάλια, θηλές, εξοπλισμό και καύσιμα για την αποστείρωση, και επίσης, μεταφορά και ιατρικό κόστος όταν αρρωστήσει το παιδί της.

Ερώτηση: Πόσο κοστίζει η παροχή ξένου γάλακτος για έξι μήνες στη χώρα σας; Είναι ο Μητρικός Θηλασμός μέρος του προγράμματος επισιτιστικής ασφάλειας στη χώρα σας;

Ο Μητρικός Θηλασμός είναι ζήτημα ανθρωπίνων δικαιωμάτων

Η υποστήριξη και προστασία του Μητρικού Θηλασμού είναι τόσο σημαντική ώστε να αποτελεί αντικείμενο πολλών νομοθετημάτων.

Η Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού (CRC) τοποθετεί το δικαίωμα του παιδιού στις υψηλότερες προδιαγραφές της υγείας, των οποίων ο θηλασμός είναι το θεμέλιο.

Αυτό επιφορτίζει με μία υποχρέωση την κυβέρνηση και την κοινωνία στο σύνολό της, να δημιουργήσει ευνοϊκές συνθήκες, και να άρει τα εμπόδια στο Μητρικό Θηλασμό, συμπεριλαμβανομένων όλων των μορφών προώθησης υποκατάστατων μητρικού γάλακτος, μπουκαλιών και θηλών, όπως προβλέπεται στο Διεθνή Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων Μητρικού Γάλακτος (Διεθνής Κώδικας) και μετέπειτα σχετικές αποφάσεις της Παγκόσμιας Συνέλευσης Υγείας (WHA).

Όσον αφορά την προστασία των δικαιωμάτων του θηλασμού των γυναικών, η Σύμβαση για την Εξάλειψη όλων των Μορφών Διάκρισης Ενάντια των Γυναικών (CEDAW) απαιτεί από τις κυβερνήσεις να "εξασφαλίσουν ότι η εκπαίδευση της οικογένειας περιλαμβάνει την ορθή κατανόηση της μητρότητας ως μια κοινωνική λειτουργία...".

Αυτό περιλαμβάνει προστασία των γυναικών ώστε να μην απολύονται λόγω εγκυμοσύνης ή μητρότητας και να έχουν εξασφαλισμένη πρόσβαση σε κατάλληλες υπηρεσίες σε σχέση με την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και τη λοχεία, συμπεριλαμβανομένης της «επαρκούς διατροφής κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του Μητρικού Θηλασμού».

Ως εκ τούτου, το πλαίσιο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων μας δίνει την ευκαιρία να προσεγγίσουμε τις κυβερνήσεις και να προτείνουμε συγκεκριμένα μέτρα, που πρέπει να υιοθετήσουν ώστε να εκπληρώσουν τις υποχρεώσεις τους.

Τα Αρμόδια Όργανα που εποπτεύουν την εφαρμογή των Συμβάσεων (οι επιτροπές CEDAW και CRC) μπορούν να ασχοληθούν και να διασφαλίσουν την παρακολούθηση της προόδου σχετικά με την εφαρμογή των δικαιωμάτων του Μητρικού Θηλασμού μητέρων και βρεφών, και να κάνουν κατάλληλες συστάσεις, όταν δεν επαρκεί η κυβερνητική δράση.

Ερώτηση: Η κυβερνητική δράση υπήρξε ικανοποιητική για τη χώρα σας ή την κοινότητα, ως προς τη προστασία, το σεβασμό και την ικανοποίηση των δικαιωμάτων Μητρικού Θηλασμού των μητέρων και των βρεφών τους, και αν όχι, τι λείπει;
Και ένα βιώσιμο περιβαλλοντικό ζήτημα

Συνδεδεμένο με τις μελλοντικές γενιές είναι το ζήτημα της κλιματικής αλλαγής, λόγω μη βιώσιμων βιομηχανικών, γεωργικών πρακτικών και τρόπου ζωής.

Η νεολαία και η τρίτη γενιά πρέπει επίσης να ασχολούνται με την προστασία, προώθηση και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.

Επικεντρώνονται στις ανάγκες των μελλοντικών γενεών.

Ο Μητρικός Θηλασμός προσφέρει μια «πράσινη» εναλλακτική λύση, και οι Κυβερνήσεις και οι υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής πρέπει να πεισθούν για να λάβουν επαρκή μέτρα ώστε να μειωθεί το ποσοστό της διατροφής με μπιμπερό με βάση τις αρνητικές επιπτώσεις στο περιβάλλον από την τεχνητή διατροφή και τη θετική επίδραση του Μητρικού Θηλασμού.

Ερώτηση: Τι προσπάθειες έχουν γίνει από την κυβέρνηση και άλλους οργανισμούς στη χώρα σας για να θεωρηθεί ο Μητρικός Θηλασμός ως μια πράσινη εναλλακτική λύση;

Η κυβέρνηση σας εφαρμόζει πλήρως τον Διεθνή Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων Μητρικού Γάλακτος?

Φύλο και Μητρικός Θηλασμός

Στο πεδίο της διεθνούς υγείας και διατροφής αναγνωρίζεται ότι η δυναμική των δύο φύλων είναι σημαντικός καθοριστικός παράγοντας κοινωνικής υγείας και διατροφής και έχει αντίκτυπο στους ΑΣΧ.

Ως φύλο αναφέρεται κοινωνικά κατασκευασμένες διαφορές και σχέσεις μεταξύ ανδρών και γυναικών, οι οποίες μαθαίνονται και δεν είναι βιολογικές.

Αυτές ποικίλλουν ευρέως μεταξύ των κοινωνιών και των πολιτισμών, και μεταβάλλονται διαχρονικά. Ο όρος «φύλο» χρησιμοποιείται για να χαρακτηρίσει τα διαφορετικά χαρακτηριστικά του αρσενικού και θηλυκού.

Αυτά τα χαρακτηριστικά επηρεάζουν τους ρόλους, τις ευθύνες, τους περιορισμούς, τις ευκαιρίες και τις ανάγκες των γυναικών και ανδρών σε όλους τους τομείς της ζωής και σε ένα συγκεκριμένο κοινωνικό πλαίσιο.

Έχει αποδειχθεί ότι οι ανισότητες μεταξύ των φύλων, και ο εξαναγκασμός και η βία που διατηρούν τις ανισότητες αυτές, έχουν άμεσο αντίκτυπο στην κατάθλιψη της μητέρας, στις πρακτικές φροντίδας αυτής, καθώς και στη βρεφική και μητρική θνησιμότητα.

Έχει άμεσο αντίκτυπο στις πρακτικές του Μητρικού Θηλασμού στα νοικοκυριά.

Ο πατέρας έχει άμεσο ρόλο στην υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού μέσα στο σπίτι άλλα και σε δημόσιους χώρους.

Ερώτηση: Με ποιους τρόπους ένας πατέρας μπορεί να υποστηρίξει τη μητέρα να έχει εμπιστοσύνη για να θηλάσει αποκλειστικά για 6 μήνες και να συνεχίσει το Μητρικό Θηλασμό για 2 χρόνια ή παραπάνω; Με ποιους τρόπους μπορούν οι γιαγιάδες να βοηθήσουν τις κόρες και νύφες τους υποστηρίζοντας τον Μητρικό Θηλασμό;

Ολοκληρωμένα σχέδια δράσης στα πλαίσια διεθνούς πολιτικής που να επιτρέπει τη καλύτερη οργάνωση για το Μητρικό Θηλασμό είναι η Παγκόσμια Στρατηγική για τη Διατροφή του Βρέφους και του Μικρού Παιδιού (Res. GSIYCF-WHA 55:25 του 2002).

Η GSIYCF έχει τις ρίζες της σε διάφορες πράξεις της διεθνούς πολιτικής, και συνοδεύεται από προγραμματισμένη καθοδήγηση και μέσα εφαρμογής.

Εντούτοις, υπήρξε έλλειψη διεθνούς δέσμευσης που να παρέχει τους ανθρώπινους και υλικούς πόρους που απαιτούνται για γενικευμένη εφαρμογή αυτού του πλαισίου πολιτικής.

Επιπλέον, πολλές πρωτοβουλίες που αφορούν τη Διατροφή του Βρέφους και του Μικρού Παιδιού (IYCF) είναι χρηματοδοτούμενες από τη βιομηχανία και ως εκ τούτου έχει δημιουργηθεί ένα δυναμικό σύγκρουσης συμφερόντων.

Διαβάστε περισσότερα για σύγκρουση ενδιαφέρον εδώ : <http://www.ibfan.org/art/538-1.pdf>

Η έρευνα της Παγκόσμια Πρωτοβουλία Τάσεων για τον Μητρικό Θηλασμό (WBTi) από 51 χώρες τεκμηριώνει τα κενά σε 10 τομείς πολιτικών και προγραμμάτων για την εφαρμογή της GSIYCF.

Καμία από τις 51 χώρες δεν έχουν εφαρμόσει πλήρως τη Παγκόσμια Στρατηγική.

Οι μέσοι όροι βαθμολογίας κυμαίνονται από 2,56 για Σίτιση Νηπίων σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης, σε 7.21 για την εφαρμογή του Διεθνούς Κώδικα.

Οι εκθέσεις χωρών της Παγκόσμιας Πρωτοβουλίας Τάσεων για τον Μητρικό Θηλασμό (WBTi) έχουν χρησιμοποιηθεί από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας ως πηγή πληροφοριών για την έκθεση «Εφαρμογή στις χώρες του Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων Μητρικού Γάλακτος: κατάσταση έκθεσης 2011",

(στο: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/85621/1/9789241505987_eng.pdf)

Τι μπορεί να γίνει για την προώθηση, την προστασία και την υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού σε σχέση με τους ΑΣΧ;

Να δουλεύετε σαν ομάδα:

Εντοπίστε τους σύμμαχους σας και συμπαίκτες σας, ορίστε κοινούς στόχους, ταχτοποιήστε ρόλους, προετοιμάστε προγράμματα κατάρτισης, όπου απαιτείται, λάβετε μέριμνα για τις ατομικές ανάγκες, προετοιμάστε τη στρατηγική σας, πραγματοποιήστε το σχέδιό σας, εκτιμήστε την πρόοδο, έχοντας σχέδια ασφαλείας, γιορτάστε επιτυχίες και αξιολογήστε έτσι ώστε να διδαχθούμε για συνεχιζόμενες ενέργειες.

Ενώστε τις δυνάμεις σας

- Βρείτε τους πιθανούς συμμάχους σας.
- Συνδεθείτε με άλλες ομάδες που εργάζονται για τα ανθρώπινα δικαιώματα, τη βιώσιμη ανάπτυξη, περιβάλλον/κλιματικές αλλαγές, φύλο, συνθήκες εργασίας (π.χ. συνδικάτα) κ.α.
- Βρείτε ποια θα μπορούσε να είναι η κοινή σας ατζέντα.

Προετοιμαστείτε

- Προετοιμάστε τον εαυτό σας και την ομάδα σας.
- Μάθετε ποια είναι η κατάσταση σχετικά με τον Μητρικό Θηλασμό στην περιοχή σας (χωριό/πόλη/ κράτος/χώρας/περιοχής).
- Χρησιμοποιήστε υφιστάμενες βάσεις δεδομένων, έρευνες και δεδομένα επιδημιολογικής επιτήρησης, συνεντεύξεις γυναικών, επαγγελματιών υγείας κ.α.
- Αναλύστε τα κενά και κατανοήστε τις προκλήσεις

Καθορίστε στόχους και οργανώστε σχέδιο δράσης

Εδώ είναι μερικές ιδέες για δράση, ανάλογα σε ποιο επίπεδο εργάζεστε:

Δράσεις σε επίπεδο κοινότητας:

- Ξεκινήστε μια εκστρατεία για να προσελκύσετε νέους ανθρώπους αλλά και τους παππούδες τους στην κοινότητά για να ενδιαφερθούν για τον Μητρικό Θηλασμό και για θέματα διατροφής βρέφους/παιδιού.

Ποια είναι τα θέματα που θα προσελκύσουν αυτές τις γενιές;

- Γράψτε επιστολές στους τοπικούς φορείς λήψης αποφάσεων και τους εργοδότες, ρωτώντας τους πώς προωθούν, προστατεύουν και υποστηρίζουν τον Μητρικό Θηλασμό συγκεκριμένα.
- Ομάδες μητέρων υποστήριξης του Μητρικού Θηλασμού μπορούν να οργανώσουν θεματικές ημέρες καλώντας άλλες ομάδες της κοινωνίας να συμμετάσχουν.

Γιατί να μην υπάρχει σύνδεση με άλλες ομάδες που ενδιαφέρονται για θέματα διατροφής ή χρόνιες παθήσεις όπως η παχυσαρκία, διαβήτης και υπέρταση όπου ο Μητρικός Θηλασμός βοηθά στην πρόληψη.

- Συμμετέχετε σε μια συμβουλευτική ομάδα με συναδέλφους.

Εκπαιδεύστε τον εαυτό σας και ενθαρρύνετε άλλους!

Ενέργειες Υγειονομικής περίθαλψης:

- Οργανώστε συνεδρίες/σεμινάρια για την κατάρτιση προσωπικού υγειονομικής περίθαλψης σε όλα τα επίπεδα.
- Προωθείτε την επέκταση των Φιλικών για τα Βρέφη Νοσοκομείων καθώς και των Φιλικών προς τη Μητέρα Νοσοκομείων σε Υπηρεσίες Υγείας της περιοχής σας.

- Βεβαιωθείτε ότι υπάρχουν πολιτικές για να περιορίσουν την επιρροή της βιομηχανίας στη νοσοκομεία, στην έρευνα κ.λπ.
- Εργαστείτε με οργανισμούς ανθρωπιστικής βοήθειας για να εξασφαλιστεί η προστασία και η στήριξη του Μητρικού Θηλασμού σε προσφυγικούς καταυλισμούς και μεταξύ άλλων ευπαθών ομάδων π.χ. HIV/AIDS
- Συμπεριλάβετε τα τοπικά μέσα ενημέρωσης, στέλνοντας ένα δελτίο τύπου για τη Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού του 2014

Δράσεις στο χώρο εργασίας:

- Προωθείστε βελτίωση της νομοθεσίας για τη προστασία της μητρότητας και τις πολιτικές σύμφωνα με την σύμβαση ΔΟΕ C 183.
- Αναπτύξτε χώρους εργασίας φιλικούς προς τη μητέρα υποστηρίζοντας ύπαρξη διαλειμμάτων για Μητρικό Θηλασμό, παιδικούς σταθμούς στο χώρο εργασίας, και εγκαταστάσεις συλλογής μητρικού γάλακτος στο χώρο εργασίας.
- Εργαστείτε με τις συνδικαλιστικές οργανώσεις και άλλες ανεπίσημες οργανώσεις με σκοπό την επέκταση του πεδίου εφαρμογής της προστασίας της μητρότητας και σε άλλους τομείς όπου οι γυναίκες εργάζονται π.χ. την παραοικονομία, μετανάστες, αγροτικούς εργάτες κλπ.

Δράσεις νεολαίας

- Ενημερώστε τα σχολεία και τις ομάδες νέων για τους σκοπούς της Χιλιετίας και το Παγκόσμιο Θέμα Εορτασμού του Μητρικού Θηλασμού.
- Διεξάγετε θεατρικές παραστάσεις και προγράμματα πολυμέσων για τον Μητρικό Θηλασμό και τους ΑΣΧ.
- Γράψτε ιστορίες και ποίηση για τον εορτασμό του Μητρικού Θηλασμού.
- Διοργανώστε διαγωνισμούς φωτογραφίας που να απεικονίζουν καταστάσεις όπου ο Μητρικός Θηλασμός είναι πραγματικά μια ομαδική προσπάθεια.
- Κινητοποιήστε το κοινό χρησιμοποιώντας συναθροίσεις και άλλες δημιουργικές δραστηριότητες / εκδηλώσεις που σχετίζονται με τον Μητρικό Θηλασμό

Διεθνείς και εθνικές δράσεις

- Πραγματοποιήστε εθνικές αξιολογήσεις της πολιτικής της Διατροφής του Βρέφους και του Μικρού Παιδιού (IYCF) χρησιμοποιώντας το εργαλείο της Παγκόσμιας Πρωτοβουλίας Τάσεων για τον Μητρικό Θηλασμό(WBTi) και άλλα εργαλεία.
- Πραγματοποιήστε έρευνα στην κοινότητά σας για να μάθετε ποια είναι τα εμπόδια κατά το Μητρικό Θηλασμό.
- Διοργανώστε εθνικά σεμινάρια για την υποστήριξη των αλλαγών στην νομοθεσία και βασικά προγράμματα για τον Μητρικό Θηλασμό.
- Συνηγορήστε για ισχυρότερες πολιτικές για τον Μητρικό Θηλασμό.
- Καταγράψτε την εφαρμογή του Διεθνούς Κώδικα στην κοινότητά σας.
- Εργαστείτε με διεθνή ΜΚΟ σε μια κοινή ημερήσια διάταξη που να περιλαμβάνει τον Μητρικό Θηλασμό και τη Διατροφή του Βρέφους /Μικρού Παιδιού (IYCF) και μετά το 2015.

Θέλετε να μάθετε περισσότερα σχετικά με τους ΑΣΧ;

- Διαβάστε περισσότερα για την αντίστροφη μέτρηση των ΑΣΧ και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν εδώ:

<http://www.countdown2015mnch.org/documents/2012Report/2012-Complete.pdf>

- Διδάγματα μπορούν να αντληθούν από τις περιφέρειες και τις χώρες που έχουν σημειώσει πρόοδο.

Δείτε ποιες χώρες υπάρχουν εδώ:

<http://www.countdown2015mnch.org/Reports-and-articles/2013-report>

- Στόχος οι 68 χώρες στις περιοχές (νοτίως της Σαχάρας Αφρική και Νότια Ασία) που δεν είναι επί της γραμμής.

Δείτε ποιες χώρες υπάρχουν εδώ:

<http://www.countdown2015mnch.org/country-profiles>

Επιμέλεια-Απόδοση στα Ελληνικά: Ειδική Μονάδα Προαγωγής Μητρικού Θηλασμού
Τράπεζα Μητρικού Γάλακτος.
Γ.Ν. «Ελενα Βενιζέλου».